EEN DAG IN DEN NEDERLANDSCHEN LANDDIENST

6
16 Grasmaand 1944

„Goede morgen allemaal opstaan, Goede morgen."
Gezucht en gekreun komt er uit de twee-verdiepingsbedden.
De Opperschaarleidster is ondertusschen al verdwenen om de kamer boven op dezelfde manier te wekken. Na een paar keer op de fluit geblazen te hebben, wordt er van alle kanten naar beneden gerend voor de ochtendgymnastiek.
„Aantreden! Geeft acht! Rechts richten! Staat! Links om! Looppas marsch! . . ." en de loop tot het weggetje van den „Milch, Butter Käse"-winkel volgt.
„Dit is iederen morgen hetzelfde en in het begin dachten wij wel eens, wat een vervelende ochtendgymnastiek is dat toch," maar het is bij het ingespannen werk van den boer net genoeg om vlot uit je bed een frisschen neus te halen en niet moe te worden.
Na de ochtendgymnastiek volgt aankleeden, bed opmaken (wat altijd in de puntjes moet) en huis schoonmaken. Dan volgt het eten. Sommigen zeggen wel iederen dag weer opnieuw: „Ik eet niet meer zooveel, ik word veel te dik." Maar als de pap op tafel staat, wordt er weer met evenveel lust van gegeten. Het is een feit, dat enkelen al 15 pond aangekomen zijn, maar dat is nu eenmaal het goede leven bij den boer.
Vlaghijschen gebeurt altijd na het eten 's morgens. Hierbij wordt een beteekenisvolle spreuk gezegd en een lied gezongen. Aan die spreuk denk je overdag bij den boer wel eens, als je even tot denken tijd hebt: „Ja, dat is waar, daar moesten wij maar eens meer aan denken."
Het naar den boer gaan wordt met gemengde gevoelens opgenomen. Over het algemeen wordt het fijn gevonden. Maar in den tijd van het „Kartoffeln lesen" en „Rüben ziehen" waren er toch verscheidenen, die zaten te zuchten over hun lot. Gelukkig is die tijd voorbij. „Es geht alles vorüber. Es geht alles vorbei", werd er meermalen gezongen.
Nu zijn er al een paar, die koeien leeren melken. Dit is een ervaring op zichzelf. Uit de stad komende, ging je vroeger het liefst met een grooten boog om die dieren heen en nu zit je op een driepootkrukje er ònder. „Zal ik het doen? . . . Zal ik het niet doen? . . . Zal ik het maar doen? Vooruit, toe. De boerin doet het toch ook." En zoo wordt de eerste overwinning behaald. Eerst vlot het niet erg, een dun straaltje komt, dat op het laatst nog dunner wordt vanwege de kramp in je hand. Maar als je een paar dagen vlijtig geoefend hebt op één en dezelfde koe, dan komt er opeens een vooruitgang. De stralen worden dikker en het eindresultaat is, dat je schuim op je melk krijgt. Dat is het grootste succes nog, de snelheid komt later wel.
Dan hadden wij van den zomer nog de roggebinderstijd. Dit was zwaar werk, vooral als 's middags de zon brandend op je rug scheen. Wat hebben wij vaak in ons zelf gescholden, als wij den boer niet bij konden blijven. Bruin verbrand kwamen wij dan 's avonds in het kamp aan.
Op het oogenblik zitten wij in den tijd van het slachten. Dat is ook iets, waar je

N.S.V.O. nieuws
Verantw. redactrice: C. F. Galjaard-Meck
Redactie en adm.: Laplacestraat 31, Amsterdam O.
Tel. 52322, Postgiro 320886
Verschijnt tweemaal per maand

Foto J. H. Hasewinkel



heel erg aan wennen moet. Mijn eigen ervaring was, dat ik bij den boer in de „Backstube" kwam en de boerin zat te kneden in een pot met rauwe bloedworst. „Jetzt müssen Sie mal probieren wie es schmeckt, Fräulein A. . . ." Nee, dacht ik bij mezelf, ze kunnen veel van me gedaan krijgen, maar dat nooit." Dik rauw bloed met stukjes spek en lever er in gemengd met zout, peper en andere kruiden. Ik werd onpasselijk en heb maar niets geproefd. Later kreeg ik een schoteltje met gekookte bloedworst voorgezet, maar dat ging met smaak naar binnen.

Als wij nu 's avonds moe van het werk bij den boer om 6 uur thuiskomen, wacht ons daar een gezellig verwarmde kamer, die al verduisterd is en waar dan in een hoekje de schemerlamp brandt. Dan melden wij ons bij de Opperschaarleidster en vallen op de bank bij de kachel neer. We vertellen zoo ieder onze wederwaardigheden. Dat is nog het gezelligste kwartiertje van den dag. Dan wordt er van alles voor den dag gehaald, appels, gepofte appels, koeken en ook af en toe een worst, die dan in de keuken verdwijnt. Dit alles krijgen wij van den boer mee. De uitdeeling volgt en de Opperschaarleidster wordt eens lekker verwend. Lang kan dit niet duren, want wij hebben geen tijd meer. Opruimen, wasschen, verkleeden en tafeldekken, het moet allemaal voor het eten gebeuren, dat om 7 uur plaats heeft. Na het eten wordt de vlag gestreken en volgt de avond. Iederen avond hebben we wat anders. Zingen, stoppen en naaien, handenarbeid, spelletjes, krantenberichten, enz. Zoo hebben wij op het oogenblik het plan beraamd een mat van stroo te vlechten voor ons dagverblijf. Als wij deze in de natuurkleur laten, past hij hier juist zoo goed bij. We moeten dan ieder een vierkantje vlechten en naaien deze later aan elkaar. Het geeft zooiets huiselijks, een mat in de kamer. Wegens materiaalgebrek kunnen we nog niet veel meer doen.

Verder hebben we nog den beroemden schrijfavond. Iedereen pent wat hij pennen kan, want vóór Zondag is er geen gelegenheid meer om te schrijven en de brieven moeten weg. Den volgenden dag is de brievenbus vol, alleen van onze brieven.

Als om 9 uur de avond gesloten wordt komen we allen in den kring en zingen een lied. Dan geven wij elkaar een hand en zeggen „Goeden nacht" in koor. Om half 10 ligt alles in bed en wordt er rond gegaan en hand gegeven. Nog een laatste welterusten en alles is stil.

Alleen de leidsters moeten nu nog van alles beredderen, polsen elkaar even hoe de dag geweest is, bespreken nog wat en zetten nog een paar avonden in elkaar. Maar tenslotte bekruipt ook hun de slaap. In den Landdienst zijn het nu eenmaal vermoeiende dagen. Tegen elven heerscht er algeheele rust in het kamp, waarop den volgenden dag weer met frisschen moed begonnen kan worden.

EEN LANDDIENSTMEISJE

NIEUWE TIJDSCHRIFTEN IN ONZE BIBLIOTHEEK

Onderstaand een aanvullend lijstje van tijdschriften, die in onze bibliotheek voorkomen. Zie bladz. 22 van de boekenlijst.

Maandblad van de Nederlandsch-Duitsche Kultuurgemeenschap — Het Rijk der Vrouw — Huishouding van Nu — Libelle — De Vrouw en haar Huis — Vrouw en Volk.

EVEN AANDACHT VOOR DISTRICT... 1 GRONINGEN

DISTRICT GRONINGEN. Nu het onze beurt is iets te laten hooren uit ons Noorden, zou ik willen beginnen met U iets te vertellen van de jongste loten aan onzen boom, n.l. de Meta's en de Pullen.
Meta-afdeelingen zijn reeds in Groningen (waar het 2e 12-tal reeds is begonnen) en in Ter Apel. Een afdeeling Winschoten is in oprichting. Kameraadschappelijk zijn in deze Meta's vereenigd de privé-secretaresse, het dienstmeisje, de meisjesstudente, de gezinshulp, de verpleegster en het meisje, dat vroeger alleen maar bij moeder thuis zou willen zijn. Jonge vrouwen, die elkaar noodig hebben, die elkaar leeren begrijpen en waardeeren, die elkaars arbeid leeren kennen en weten dat ze allen noodig zijn, dat ze een taak in haar Volk te vervullen hebben. Eenmaal per week hebben ze een „plichtavond". Op dezen avond, die van 7—10 gehouden wordt, wordt begonnen met één uur gymnastiek, daarna worden liederen ingestudeerd, ordeoefeningen gehouden en ééns per maand vorming gegeven. Daarnaast volgen ze ééns per week een cursus van den Moederdienst en zijn verder ingeschakeld bij dien arbeid, waar ze noodig zijn, o.a. het stationswerk van den N.V.D., helpen op de N.S.V.O.bijeenkomsten, enz.
Zoo staan deze jonge vrouwen midden in haar Volk en zullen zij door haar arbeid, door haar voorbeeld, getrouw aan haar gelofte, Moedig, Eenvoudig, Trouw en Arbeidszaam haar plaats waardig zijn.

En nu onze Pullen. De eerste oefenmiddag zou om twee uur beginnen. Reeds om kwart over één stonden de eerste pullen en ukkepullen voor de deur, nieuwsgierig wachtend of zij ook zoo'n mooie muts en zoo'n mooi pakje zouden krijgen als broer of zus in den Jeugdstorm en of zij ook eens mochten zingen door de straten. We hebben eenige oefenmiddagen meegemaakt en gezien, welk een mooie opdracht het is voor de leidsters, deze jonge kinderen orde, tucht en discipline bij te brengen, hun als het ware voor te bereiden voor den Jeugdstorm. Eén der leidsters had de pullen iets verteld van den naam pul, ukkepul, donsmeeuw en ook den naam der leidster: hulp snelvoet en snelvoet. Toen ze eenigen tijd later vroeg aan één der pullen, hoe heet ik, gaf deze prompt ten antwoord: „achtervoet" juffrouw. Het was in ieder geval een „voet".

F. H. B.—BR.

GRONINGEN. *Lentefeest.* De N.S.V.O.kring Groningen Stad stond 21 Maart in het teeken van de lente. In de met voorjaarsbloemen en groen versierde zaal van het „Tehuis" werd het lentefeest gevierd, waarvoor kamske Nierstrasz en kamske v. d. Veen van het Hoofdkwartier waren overgekomen. De avond was deels aan de vorming, deels aan de vroolijkheid gewijd. Voor het eerste zorgde kamske Nierstrasz met een boeiende lezing over de Paaschgebruiken in de verschillende deelen des lands. Al deze gebruiken ontleenen hun oorsprong aan het nieuwe leven, dat komen gaat en het oude, dat verdwijnt. Een groote rol spelen hierbij vooral het vuur (Paaschvuren, vuurrad, enz.), het ei (bij de versiering van de Paaschtafel, verschillende kinderspelletjes, enz.) en het palmgroen (Palmpaschen).
De vroolijke noot brachten het N.S.V.O.zangkoor met lenteliederen, de meta's met een opvoering van een les; een paar aardige dansen van een kameraadske en het gezamenlijk zingen van lenteliederen onder leiding van kamske v. d. Veen en kamske Sterenberg. Maar al te gauw sloeg het klokje van gehoorzaamheid, in dit geval 10 uur, opdat allen nog bijtijds hun woning konden bereiken. Met een dankwoord van de kringleidster, kamske Hollander, en het zingen van het 6e couplet van het Wilhelmus, eindigde deze geslaagde avond.

M. S.—K.

Op 'n kôle mieserige dag ien 't begun van 't joar, stapte 'n kameroadske oet 't noorden ien 'n klain donker speulgoudtraintje om te voldoun aan de oproep om veur 'n week ien Zeddam te komen. Ze was al 'n dag te loat (moar ze har tied'n stuurd van zulf), omdat ze te veuren wel wos, dat zoo vlak noa 't neijjoar ze deur de groode drokte, gain kans har om ien ain dag over te komen. Mit twei koffers zat ze ien train, want 't was heur zegd, 't kon slim kold wezen doar en zoo har ze 'n extroa deken mitnomen. De train begon alvast mit te loat vot te goan, zoodat ieder oogenblik op 't holozie keken wur om te zain, of ze de eerste aansloeten wel hoalen zol. Moar 't kwam alles veur mekoar heur. De train noar Holland ston er nog en dou an 't loopen, wat ze kon. Ain W.A.-man druig d'aine koffer, 'n jeugdsteurmster d'aander, moar alles was vol. Toch paarsde ze zok derien en kwam op de toonen van 'n „mijnheer" te stoan, dei hail kwoad dudlik moakte, dat 't zien toonen wazzen. Dat wos 't kameroadske ook wel, moar 't wazzen allemoal toonen. 't Kon heur ook almoal niks meer schelen. Ze mos raizen en ze zol den ook raizen. Ien Zwolle mos ze weer overstappen en 't lukte weer, om ien train te komen. Over zitten doar proat wie tegenswoordig ja nait meer over, moar ondertusschen was 't al veuls te loat worren, zoodat ze ien Dieren-Doesburg de tram noar Doetinchem miste. Der zat den ook niks aans op as 'n harbarg op te zuiken. Ien 't lange leste broacht de tram heur noar Doetinchem en weer was 't zulfde laidje: weer wachten en 't was zoo kold en 't sneide, 't regende en 't waide 'n steurm, moar 't kameroadske kwam toch ien Zeddam. Ze was d'r nooit eerder west en vruig noar de Grintweg. Huize „Hagal". Recht oet en links oaf mos ze, zeed'n ze. Ze luip 'n end, moar 't leek heur nait goud tou. Weer vruig ze en tou mos ze weerom en rechts oaf. Ondertusschen was 't sikkom duuster worren. De houd was heur al 'n moal oafvlogen deur de steurm en 't kameroadske verlangde, dat ze d'r moar was. Nog vruig ze 'n keer en dou zag ze al hail gauw de vlaggen hangen en alles was goud.

C. J. M.-W.

VERSLAG KRING HUNZINGO-FIVELINGO N.S.V.O. In September 1940 werd de 1ste N.S.V.O.-Groep te Appingedam opgericht in Kring Hunzingo-Fivelingo, met 11 leden. Nu reeds is de Kring uitgegroeid tot 8 Groepen, met ongeveer 115 leden. Een zeer goed geslaagde Jaarmarkt werd gehouden in 1941, voor een stampvolle zaal. Daarna werden verschillende cursussen gehouden, zooals: Moedercursus, naai- en pantoffelcursus. De Districtsmiddagen worden door onze leden uitstekend bezocht. Onze Kringzangleidster, kamske A. Grievès-Wenninck trekt nu weer den Kring rond, voor het leeren van liederen, die gezongen zullen worden op het a.s. Lentefeest, dat te Bedum gehouden zal worden, en

waaraan alle Groepen deel zullen nemen. Het ontbreken van fietsbanden en de verre afstanden zijn niet bevorderlijk voor de opkomst van de N.S.V.O.-middagen, maar gedenkende de spreuk, „Alles sal reg kom" gaan we moedig voorwaarts.

J. K.-B.

UIT KRING WESTERKWARTIER. Het is nu reeds eenige jaren geleden, dat de N.S.V.O. hier werd opgericht. Eerst met één Groep in den Kring, later meer. In het begin vlotte het niet erg met het ledenaantal, maar langzamerhand is dat beter geworden. Daar we hier een boerenbevolking hebben, zijn hier zeer veel Landsvrouwen en deze vrouwen kunnen nog niet allen den stap ondernemen, zich bij de N.S.V.O. aan te sluiten; maar laten we hopen, dat dit na verloop van tijd zal veranderen. Hoe moeilijk leek het me in het begin om de leiding in de Groep en later in den Kring te nemen; maar hoe is me dat meegevallen. Al de kameraadskes zijn me tot steun geweest en samen hebben we onze beste krachten ingespannen er iets goeds van te maken. Naast ons werk voor de N.S.V.O. (breien, enz.) hebben we ook onze ontspanningen gehad. Wat hebben we samen een gezellige tochten gemaakt om ergens een spreekster voor de N.S.V.O. te hooren. Allemaal per fiets er naar toe en de afstanden zijn hier groot. En dan onze colportagetochten met VoVa. Ook dat deden we als N.S.V.O.sters gezamenlijk per fiets. Wat hebben we moeten lachen om al de gekke opmerkingen, die ons naar het hoofd werden gegooid. Zoo herinner ik me nog, dat we in een dorp kwamen waar zeker nog nooit nationaal-socialistische vrouwen geweest waren, want het eerste wat ze zeiden was: „Nou hebben ze er verdold ook al vrouwen bie neudig." Al die tochten zijn nu gedaan, daar we allemaal lijden aan gebrek aan fietsbanden.
Een aardig staaltje van strijdgeest wil ik U toch nog even vertellen. We hebben in onzen Kring een paar oude kameraadskes van meer dan 70 jaar. Is er een bijeenkomst, die bereikbaar is per tram, trein of bus, dan ontbreken ze nooit. Ook de bijeenkomst van de Groep der N.S.V.O. wordt door hen nooit gemist en voor breiwerk voor de N.S.V.O. komen we nooit vergeefs vragen. Het vorig jaar oefenden we onder leiding van onze zangleidster voor het zangfeest. Een paar moeilijke liedjes moesten nogal dikwijls worden herhaald, om er iets behoorlijks van te krijgen. Het oudste kameraadske slaakte dan ook plotseling de verzuchting: „Hai, geef mie maor Hup achter Mussert aan, dat gaait veul beter." Er zou meer zijn te vertellen, maar de ruimte is vol. Van harte wensch ik de N.S.V.O. veel goeds toe op haar moeilijk pad.

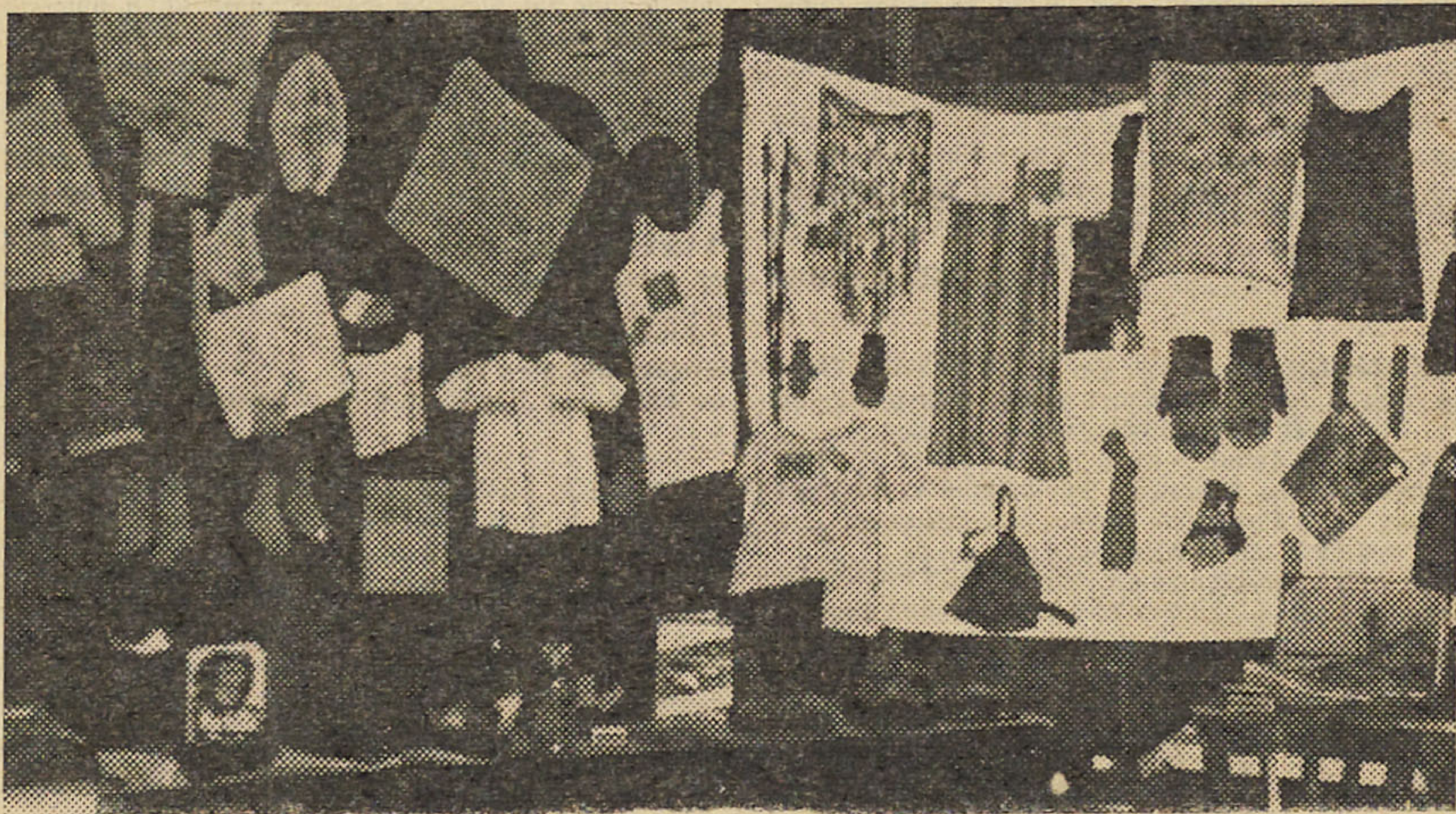
G. T. W.-H

VERSLAGEN OVER BIJEENKOMSTEN UIT HET HEELE LAND

BREDA. Lentefeest op 22/3. Aanwezig waren de districtsleidster en waarn. districtsleidster plus genoodigden van de P.O., Jeugdstorm, Arbeidsdienst, enz. De stemming was goed. Samenzang, declamatie, voordracht en zang bij de piano deden den avond veel te vlug omgaan. De zaal was met vlaggen versierd, terwijl de aanwezigen plaats hadden genomen aan lange witgedekte tafels, die met voorjaarsbloemen en katjes versierd waren, wat er ondanks de koude de lentestemming in bracht. Met het zingen van het vrouwenlied werd deze avond besloten.

HAARLEM. Kennemerland-Zuid hield op 23 Lentemaand een vormingsdag in Hotel Brinkmann. Hier zong het Heemsteedsche koor, onder leiding van kamske Cosse, eenige liederen. Daarna sprak kameraad Gevers over het wonder in de natuur. Hij eindigde zijn betoog met eenige eigengemaakte verzen. Kamske Sluis-Slikker bracht met haar 4 leerlingen Dalcroze-rythmiek, iets dat voor de meesten geheel nieuw was.
Jammer voor de kameraadskes die niet gekomen zijn, zij hebben heel wat gemist.

DEVENTER. Kring Salland hield op 22/3 een bijeenkomst, waar kamske Wilhelm het werk van de afdeeling Hulp en Bijstand op duidelijke manier uiteenzette. Na de pauze werden eenige liederen gezongen en deed kamske Wilhelm nog eenige mededeelingen, onder anderen over een verbandcursus met het oog op eventueele bominslagen. Na het draaien van enkele filmpjes van de Beweging en den Jeugdstorm werd deze leerzame middag op de gebruikelijke wijze gesloten.



Uit Drente kregen wij deze foto toegezonden. Het is een foto van de kleertjes enz., gemaakt door groep Smilde van de Graalgoederen. Foto Archief

WIE RUILT?

1 paar prima laarzen, maat 42, voor 2 bruikbare buitenbanden voor fiets en 1 paar hooge bruine schoenen, maat 26, voor 1 paar kinderschoenen maat 21. Kamske Noorman, Dintelstraat 45, Amsterdam-Z.

Een nieuw bruin leeren handtaschje voor een goede weegschaal in grammen of met gewichten. Kamske N. H. v. d. Werf-Kottmeier, Waalstraat 94[1], Amsterdam-Z.

Wie helpt mij aan een netten kinderwagen in ruil voor iets anders, eventueel tegen betaling. Kamske C. Zwart, Rietwijkerstraat 35 II, Amsterdam-W.

Een paar bruine heerenschoenen, gebruikt, maat 43, tegen iets anders. Kamske L. de Greef-Rood, Archimedeslaan 38, Amsterdam-O.

Donkerblauwe rijbroek, maat 48 à 50, voor lange donkerblauwe dames sportpantalon en bruine kinderschoentjes in zeer goeden staat, maat 26, voor stoffen meisjes regencape, leeftijd 2 tot 3 jaar. Kamske Glas, Joubertstraat 55, den Helder.

Wie helpt mij aan een paar witte tennisschoenen maat 38, en een babyzak voor wandelwagentje, in ruil voor iets anders, eventueel tegen betaling. Kamske W. de Vries-v. Dijk, Groningerstraat 165, Assen.

Wie helpt mij aan een paar schoentjes voor mijn dochtertje van 2 jaar, ter ruiling is aanwezig een lichtblauwe zomerblouse, maat 42 à 44, ook gaarne bereid de schoentjes te betalen. Kamske A. Schaap-Jongens, Gijsbr. v. Amstelstr. 35, Hilversum.

---

1 paar bruin suède pumps, maat 36, hoogen hak, 6 boterhambordjes, 1 gashaard, 2 vleeschschalen, 1 gele geweven sprei, 1 bruin handweef tafelkleed voor een wandelwagentje en een kinderstoel, ook genegen tegen redelijken prijs te koopen. Kamske Kool-Haak, Muiderschans 60 II, Amsterdam-O. Tel. 53075.

---

6 prachtige nieuwe badhanddoeken, 116—62 cm, met bijpassende waschhandjes, voor wol voor jongenstrui en een snoezig blauw houten wandelwagentje voor een manteltje voor een meisje van 3 jaar of grooten mantel, waar een kleine uit gemaakt kan worden, eventueel met bijbetaling. Kamske M. Schouten, De Melemstraat 13, Voorburg.

Voor mijn zoon van 16 jaar heb ik een colbertcostuum noodig. Wil opgeven wat men hiertegen wenscht te ruilen. Kamske G. J. Brussen, Joan Mauritsplein 14, Overveen.

---

5 meter gebloemde japonstof voor een 2-persoons nog niet gewasschen sprei (gehaakte) om babykleertjes te breien. Kamske J. Plugge, Amandelstraat 83, den Haag.

Zwart heerenhemd, maat 16, met 2 losse boorden plus zwarte das, voor een paar in goeden staat zijnde damesschoenen, maat 38½—39, met blokhak. Kamske De Minck, Zeeburgerdijk 91 I, A'dam-O.

Bergschoenen, maat 42, en dames Ballyschoenen, maat 39/40, voor een opklapbed 1- of 2-persoons, met matras, desnoods met bijbetaling. Kamske v. Nassau, Zwarteweg 47, Bennebroek.

Een nieuwe stofzuiger, merk Prelecta, met alle toebehooren, voor een damesfiets, nieuw of zoo goed als nieuw. Kamske Zus Verwaijen, Oudste Poortstr. 27, 's Heerenberg, Tel. K 8346—292.

Een goedwerkende gebruikte stofzuiger tegen een spinnewiel. Kamske E. Gerhardt-Lutkie, Laan van Koot 47, Wassenaar.

Een paar lederen dameswandelschoenen, blauw met beige, maat 39, bijna nieuw, voor jongedamesschoenen, maat 37, liefst met ¾ hak of lagen hak. Kamske Van Eck, Emmastraat 20, Amsterdam-Z.. Tel. 97117.

---

3 violen voor een winterjas voor een meisje van 17 jaar, maat 42 of 44, en een regenjas voor een meisje van 14 jaar voor een regenjas voor een meisje van 16 jaar. Kamske A. Grevelt-Smit, Jan Evertsenstraat 115 I, Amsterdam-W., Tel. 84221.

Een moderne v.o. kinderwagen met bed en sierkussen voor een heerencostuum, maat 50, en een zwart wollen blouse tegen een zomerjapon. Kamske J. Bakker, Rijnkade 13, Woerden.

Een paar zwart leeren dameskaplaarzen z.g.a.n., maat 39, voor een paar zwarte wandelschoenen, maat 39 of 40, en 2 tafellakens als nieuw, prima kwaliteit, voor een paar damesschoenen met lagen hak, maat 40 of 41. Kamske Rijnberg, kam. Onnesweg 48, Bussum.

---

1 paar z.g.a.n. bruin fluweelen damespantoffels met versterkt leeren zolen en hakken, maat 38, tegen een paar zwart glacé of leeren handschoenen. Kamske Veltman, Nieuweweg 34b, Soest-Z.

Nieuwe heerenhoed (Panama) tegen een redelijk aantal knotten sterke wol. Kamske Veltman, Nieuweweg 34b, Soest-Z.

Eén of 2 schemerlampjes tegen een praktische krantenhanger. Kamske Veltman, Nieuweweg 34b, Soest-Z.

Een wollen vest, maat 38 à 40, voor knotten wol of iets anders. Kamske W. v. d. Spek-Oosterveld p/a Herbst, Stadionweg 114 II, Amsterdam-Z.

Wie helpt mij aan een datumstempeltje; ter ruiling is aanwezig een boek of iets dergelijks, ook bereid te betalen. Kamske J. Rowold, Velserweg 29, A'dam-W.

Nog eens vitaminen

Zoo langzamerhand heeft ieder hier wel eens van gehoord.

Wat zijn dit nu eigenlijk voor stoffen?

Zooals velen denken zijn vitaminen geen levende stoffen en spreekt men dan ook niet over het ,,dooden van vitaminen". De vitaminen zijn chemische stoffen, die in milligrammen van milligrammen in ons voedsel voorkomen. Onze dagelijksche vitaminenbehoefte bestaat ook uit enkele milligrammen. Wanneer we door een verkeerde samenstelling van het voedsel en door een verkeerde bereiding een tekort aan deze stoffen krijgen, kunnen er allerlei ziekteverschijnselen optreden. De vitaminen kunnen we beschouwen als de chemische hulpmiddelen voor onze stofwisseling. Krijgen we dus een tekort, dan hapert de stofwisseling en worden we ziek. Hoe is men nu op het idee gekomen, dat een tekort aan bepaalde stoffen in de voeding ziekteverschijnselen zouden veroorzaken? Hiervoor gaan we een reisje naar Indië maken. In Indië kwam veel de Beri-Beri voor. Dit is een ernstige ziekte, die zich hoofdzakelijk uit in verlammingen. Het spreekt vanzelf, dat ijverig gezocht werd naar de oorzaak van dit ernstig lijden. De Beri-Beri vroeg zooveel slachtoffers, dat de Nederlandsche regeering er zich mee ging bemoeien. De regeering zond toen in 1866 een commissie van enkele geleerden naar Indië om te trachten de oorzaak van deze ziekte op te sporen en middelen ter bestrijding aan de hand te doen. Eerst dacht men aan een infectieziekte. Pas in 1896 heeft Dr. Eykman de werkelijke oorzaak van de Beri-Beri gevonden.

Deze proeven zijn zeer belangrijk en het is misschien wel aardig, hierop wat nader in te gaan.

Ook Eykman dacht, dat de ziekte een infectie tot grondslag had. Hij probeerde nu den bacil te ontdekken en trachtte kippen deze ziekte te doen krijgen, door ze met den bacil te besmetten, welke men aanzag voor den Beri-Beri bacil. Dit gelukte echter niet. Alle dieren bleven gezond. Nu kwam het toeval te hulp. Plotseling werden ze ziek, zoowel die, welke met den Beri-Beri bacil waren besmet, als de overige. De verschijnselen, die zich bij de dieren voordeden, n.l. verlammingen en waggelende gang, deden denken aan verschijnselen, welke men bij de Beri-Beri patiënten vond. Eykman trachtte de oorzaak van dit plotseling ziek worden der kippen op te sporen. Eerst dacht hij ook nu nog aan een toevallige infectie en hij poogde den bacil te ontdekken. Ineens echter als bij tooverslag verdween de ziekte en deed zich niet meer voor.

Eykman ging nu aan de voeding der dieren denken en wat bleek nu? Het laboratorium was in het militair hospitaal ondergebracht. De kok hiervan was er mee begonnen de kippen van het laboratorium te vergasten op kliekjes uit de keuken. Deze kliekjes bestonden veelal uit gekookte en gepolijsde rijst. Gepolijste rijst is rijst, waarvan de korrels bij het glanzen ontdaan zijn van het omhulsel, het zilvervliesje met het kiempje. Het is de rijst zooals we die in Europa kennen. In de tropen werd vroeger uitsluitend ongepolijste rijst gegeten. Met het doordringen der Europeesche gewoonten werd ook door de inheemsche bevolking de mooie blanke gepolijste rijst gegeten. Toen nu Eykman's kippen deze rijst voortdurend kregen werden zij ziek. De kok werd echter evenwel vervangen door een andere. De opvolger voerde de laboratoriumkippen niet meer en deze kregen nu weer hun gewone voer, dat uit de goedkoope ongepolijste rijst bestond. Daarna verdween de ziekte spoedig. Eykman verrichtte vervolgens proeven op kippen, welke gevoederd werden met gepolijste rijst en met ongepolijste rijst. Hij kwam nu tot de conclusie dat door het ontbreken van een stof, welke in het zilvervliesje voorkomt, de Beri-Beri ontstaat.

Aan deze onbekende stof heeft men toen later den naam van ,,Vitamine" gegeven. Zijn ontdekking heeft geleid tot een geheele omwenteling in de voedingsleer.

In een volgende beschouwing zal ik nog iets meer vertellen over de ontdekking der Vitaminen.

Tot een volgenden keer kameraadskes!

J. G. SISSINGH

De Zangleidster der N.S.V.O. deed ons onderstaand bericht toekomen, met het verzoek hiervan de leden in kennis te stellen. Er wordt een

CURSUS VOOR ZANGLEIDSTERS

georganiseerd door den Dienst Muziek van de Hoofdafdeeling Vorming van:

10 - 17 JUNI 1944

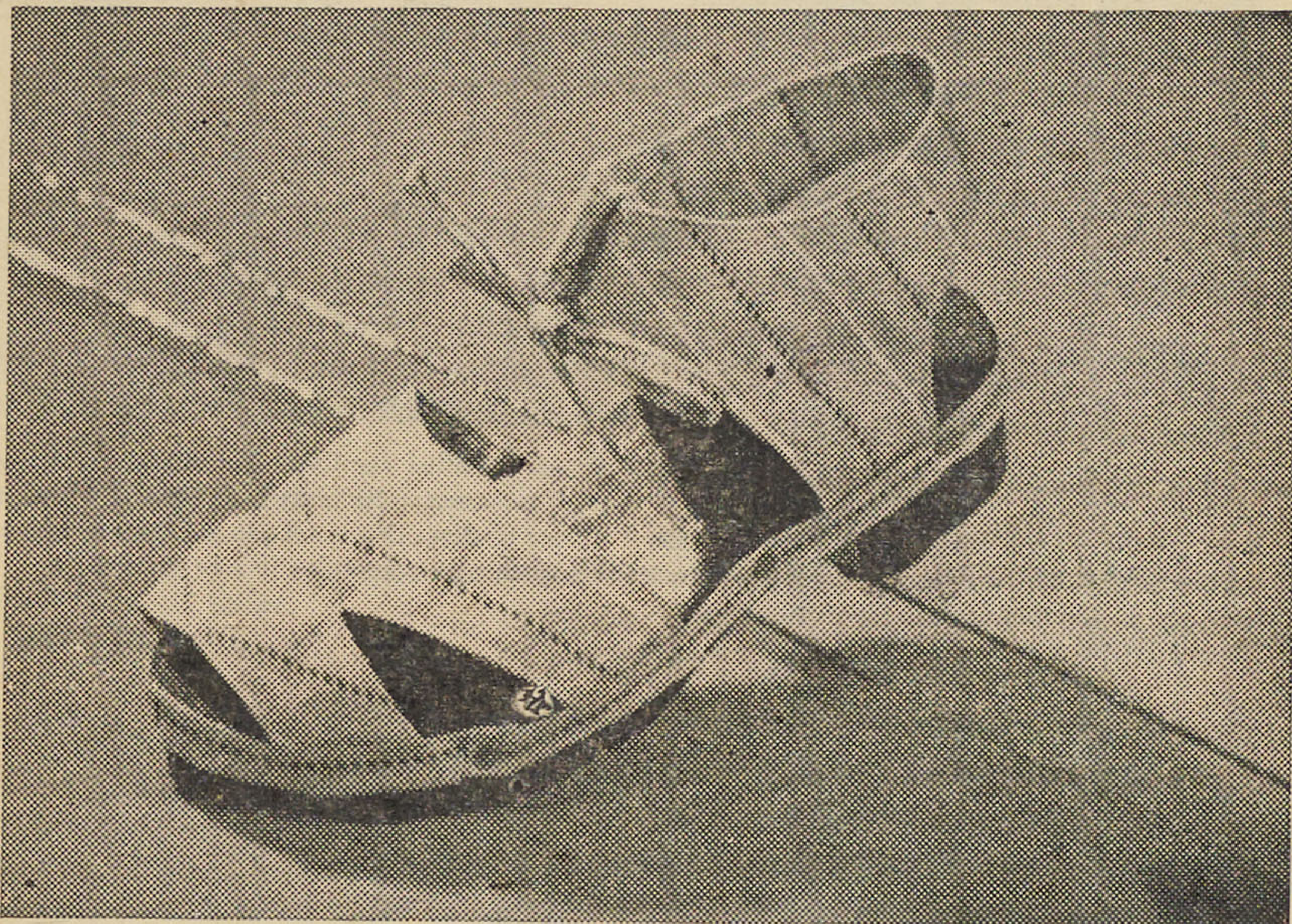
in de Vormingsschool ,,Scheeleberg"
te Lunteren.

Kameraadskes van de Beweging en haar nevenorganisaties, die op zanggebied leidinggevende werkzaamheden verrichten, dienen dezen cursus te volgen.

VEREISCHTEN: Bekendheid met de beginselen der Muziek-theorie - Muzikaal gevoel en vermogen om leiding te geven. - Aan den cursus zijn geen onkosten verbonden. Ook de reiskosten worden vergoed. Aanmeldingsformulier en programma kunt U aanvragen tot 1 Mei a.s. bij den Dienst Muziek, Maliebaan 41, Utrecht

Huisvrouwenvlijt in Oorlogstijd

Foto's A. G. Zwart



Nu de dagen wat warmer worden breekt de tijd aan, waarin wij weer zomerschoenen kunnen dragen. Is het U, Moeders, bekend, dat het mogelijk is deze houten zolen zelf te bekleeden en er zoodoende een leuk en goed passend zomerschoentje van te maken?

Het is mij n.l. meerdere malen opgevallen dat onze kleuters soms zoo ongelukkig op hun zomerschoentjes loopen, dit zijn dan altijd klaar gekochte exemplaren, waar de kinderen meer buiten het schoentje staan dan er op. Dit komt omdat de riempjes niet passen of zoover van elkaar zitten, dat het voetje er geen steun aan heeft.

Dit alles kunt U voorkomen door zelf eens zoo'n schoentje te maken, wat dan heel wat steviger in elkaar zal zitten dan één in den winkel gekocht exemplaar.

U begint altijd met het zoolbeslag onder het houten zooltje te slaan, dit ter voorkoming van het spoedig afloopen der zooltjes. Als dit werk is gebeurd kunnen wij, zoo U over verf beschikt, het zooltje verven; wij doen goed vóór het verven het modelletje, dat wij willen maken, eerst van een oud lapje te knippen en het te passen.

Om geen onnoodige spijkergaatjes in het zooltje te maken, wordt van te voren een bandje met punaises langs den zijkant van het zooltje vastgemaakt. Hier kunnen wij dan het katoenen modelletje aan vastspelden en het zomerschoentje eerst passen.

Past het schoentje goed, dan wordt met een potlood op het zooltje aangegeven, waar men de bovenbekleeding moet vastspijkeren. Als dit werk is gedaan kan men pas aan het verven beginnen. Is de bovenbekleeding geknipt en genaaid uit het daarvoor bestemde goed, dan spijkert men dit stevig op de zool en indien U over leer en viltresten beschikt, spijkert U langs den zijkant der zool nog een reepje van 1 cm breedte, waardoor de spijkertjes niet zoo vlug los



kunnen trekken. Ook voor afwerking staat het netter.
De foto toont verschillende modelletjes en zelfs wanneer er geen stof meer is, valt er met papiertouw heel wat te bereiken, zoals U op de foto ziet. Het papiertouw kan gehaakt en geknoopt worden.

Dienst Kleeding van Volks- en Gezinshuishouding geeft cursussen in het maken van zomerschoenen en U kunt bij dezen Dienst ook patronen voor de zomerschoenen aanvragen tegen 10 cent per stuk.

Hoofd Dienst Kleeding,
A. SCHEEPERS



Verantwoordelijk redactrice: C. F.Galjaard-Meck Amsterdam - Uitgave N.S.V.O. Amsterdam - Druk van N.V. Drukkerij v.h. L. E. Bosch en Zoon, Utrecht - Verschijnt tweemaal per maand. Geen verkoop van losse nos.
P.V. 2109/1 K 2350